

Mishkaki

Zubereitung

1. Alle Zutaten vermischen und das Fleisch über Nacht marinieren.
2. Das Fleisch aufspießen und Grill für mittlere direkte Hitze vorbereiten.
3. Kräftig mit Salz und Pfeffer und Paprika würzen
4. Das Fleisch von allen Seiten für jeweils 2 Min angriffen und dann im indirekten Bereich auf Wunschtemperatur bringen.
(Hähnchen - ca. 80 °C, Rind ca. 56 °C)

Zutaten

- 1 kg Hühnerbrust oder Rindersteak, in Würfeln
- 1 EL geriebenen frischen Ingwer
- 1 EL zerdrückten frischen Knoblauch
- 2-3 EL geriebene grüne Papaya
- 1 TL Salz
- 1 TL Chilipulver
- 1 TL Currypulver
- 2 EL Öl
- 1 EL Tomatenmark
- 1 EL Zitronensaft
- 1 EL Tandoori Gewürz

Salat mit gerösteten Kichererbsen

Zubereitung

1. Grill auf 220 °C vorheizen.
2. Kichererbsen waschen und trocken. Kichererbsen mit 2 EL Olivenöl, 1 TL Kurkuma, 1/2 TL Cumin, eine Prise Cayenne Pfeffer und eine Prise Meersalz in eine Schüssel geben und gut vermischen. Gebe die marinierten Kichererbsen auf einen mit Backpapier belegten Gemüsekorb/Rotisserie Korb und röste sie für 20 min. Zwischendurch wenden. Nach 20 Min Rosmarin und Sesam dazugeben und noch 5 min rösten.
3. Rotkohl in dünne Streifen schneiden und mit Walnussöl vermischen.
4. Kichererbsen und Ziegenkäse dazugeben, mit Dressing abschmecken.

Zutaten

- 1 Stück Rotkohl
- 100g Feldsalat
- 200g Ziegenkäse
- 500g Kichererbsen (aus der Dose)
- 4 EL Olivenöl
- 2 TL Kurkuma
- 1 TL Cumin
- 2 EL Sesam
- 1 Zweig Rosmarin
- Salz und Pfeffer

Dressing

- 6 EL Olivenöl
- 6 EL Apfelessig
- 4 EL Honig
- 4 EL Mandelmus
- 6 EL Wasser
- 150 g Joghurt
- 2 TL Kurkuma

Chicken Sticks

Zubereitung

1. Hähnchenbrust in Würfel schneiden.
2. Milch Paprika und Tsire verrühren. Die Konsistenz sollte dickflüssig sein. Bei Bedarf Paprika dazugeben.
3. Hähnchenbrust mit der Marinade vermischen und aufspießen.
4. Bei mittlerer direkter Hitze etwa 12 min grillen. (jede Seite etwa 3 min)
5. Direkt nach dem Rausholen in die BBQ Sauce dippen und dann in den zerbröselten Chips wälzen.

Zutaten

- 800 g Hähnchenbrust
- 200 ml Milch
- 100 g Paprika
- 100g Tsire
- BBQ Sauce zum dippen
- 200 g zerbröselte Chips
- 1 Knoblauchzehe

Lammkoteletts

Zubereitung

1. Salz, Kreuzkümmel und Paprikapulver im Mörser mischen. Die Gewürzmischung in einer Schüssel mit 2 EL Olivenöl verrühren.
2. Die Lammkoteletts waschen, mit Küchenpapier abtrocknen, in der Gewürz-Öl-Mischung wenden oder damit bepinseln und 2 Std. marinieren.
3. Knoblauchpaste mit Aprikosenmarmelade und Sojasoße vermischen.
4. Die Lammkoteletts auf jeder Seite etwa 5 Min. grillen (60 Grad für Medium, 68 für Well Done). Nach jeweils 2 min mit der Glasur bepinseln.

Zutaten

- 4 Lammkoteletts (je ca. 150 g)
- 2 EL Olivenöl
- 1 TL rosenscharfes Paprikapulver
- 3 TL Salz

Glasur

- 3 Knoblauchzehen (Paste)
- 100 g Aprikosenmarmelade
- 50 ml Sojasoße

DO Couscous

Zubereitung

1. Olivenöl im Dutchoven bei starker direkter Hitze erhitzen und Knoblauch dazugeben.
2. Knoblauch kurz anbraten und mit Hühnerbrühe und Mangonektar ablöschen, zum Kochen bringen.
3. Mais, Paprika, Bohnen und Frühlingszwiebeln dazugeben. Rühren bis die Flüssigkeit wieder kocht.
4. Couscous und Gewürze dazugeben, Deckel schließen und Grill ausmachen oder den DO vom Grill runternehmen.
5. Mit Koriander garnieren und servieren.

Zutaten

- 2 TL Olivenöl
- 4 Knoblauchzehen
- 400 ml Hühnerbrühe
- 300 ml Mangonektar
- 1/2 Bund Frühlingszwiebeln
- 1 rote Paprika
- 1 Dose Mais
- 1 Dose Kidneybohnen
- 1/2 Bund Koriander
- Ras El Hanout (nach Geschmack)
- 500 g Couscous

Orangenblüten Kuchen

Zubereitung

1. Die Bio Orangen (ca. 4 Stk) gut waschen, ungeschält mit Wasser bedeckt bei mittlerer Hitze ca. 1 - 1 1/2 Std. weich kochen, Kerne entfernen, mit Schale fein pürieren und kalt stellen
2. Die Eier mit Zucker schaumig schlagen und Ingwer Mais und Vanillezucker unterrühren. Spritzer Orangenblütenwasser und Orangenpüree dazugeben.
3. Mandeln, Mehl und Backpulver mischen und unter die Masse heben.
4. Die Form gut einfetten und mit gehackten Mandeln auslegen.
5. Bei ca. 175 °C ca. 50 - 60 min im indirekten Bereich grillen.

Zutaten

- 500 g Bio-Orangen
- 6 Eier
- 250 g Zucker
- 1 EL Ingwer gerieben
- 1 Prise Macis
- 1 Tüte Vanillezucker
- Etwas Orangenblütenwasser
- Orangenpüree
- 200 g gemahlene Mandeln
- 200 g Mehl
- 1 TL Backpulver